

Efektivitas Jurnal Reflektif sebagai Strategi Penguatan Self-Awareness dan Kesiapan Praktik Klinik pada Mahasiswa Kebidanan

The Effectiveness of Reflective Journals as a Strategy for Strengthening Self-Awareness and Clinical Practice Readiness in Midwifery Students

Basuki Rahmat Masdi Siduppa¹, Ikrawanty Ayu Wulandari²

^{1,2}Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia Kesdam XIV Hasanuddin

¹deoukiore@gmail.com, ²ikrawanty@gmail.com

Article Info

Article History

Received: 14-10-2024

Revised : 20-11-2024

Accepted : 10-12-2024

Published : 20-12-2024

ABSTRACT / ABSTRAK

Background: Self-awareness and clinical practice readiness are essential competencies for midwifery students in carrying out professional roles in clinical settings. However, many students still experience difficulties integrating theoretical knowledge with real-world experiences. Reflective journaling is considered one of the active learning methods that can support the improvement of both aspects. **Objective:** To determine the effectiveness of using reflective journals in increasing self-awareness and clinical practice readiness among midwifery students. **Methods:** This study employed a quantitative quasi-experimental design with a pre-test and post-test approach without a control group. The research sample consisted of 60 midwifery students from semesters I to VI selected through purposive sampling. Data were collected using a self-awareness questionnaire, a clinical practice readiness questionnaire, and weekly reflective journals. Data were analyzed using paired sample t-test. **Results:** The results showed an increase in the mean self-awareness score from 58.2 before the intervention to 73.5 after the intervention. Clinical practice readiness also increased from 57.1 to 71.4. The paired sample t-test indicated a significant difference in both variables ($p=0.000$). Reflective journaling was proven effective in enhancing self-awareness and clinical practice readiness among midwifery students. **Conclusion:** The implementation of this method is recommended as part of active learning strategies in midwifery education institutions.

Keywords:

Reflective journal, self-awareness, clinical practice readiness, midwifery students.

Latar Belakang Self-awareness dan kesiapan praktik klinik merupakan kompetensi penting bagi mahasiswa kebidanan dalam menjalankan peran profesional di lahan praktik. Namun, masih banyak mahasiswa yang mengalami kesulitan mengintegrasikan teori dengan pengalaman nyata. Penggunaan jurnal reflektif diyakini sebagai salah satu metode pembelajaran aktif yang dapat mendukung peningkatan kedua aspek tersebut. **Tujuan:** Mengetahui efektivitas penggunaan jurnal reflektif dalam meningkatkan self-awareness dan kesiapan praktik klinik mahasiswa kebidanan. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif quasi-experimental dengan rancangan pre-test dan post-test tanpa kelompok kontrol. Sampel penelitian berjumlah 60 mahasiswa kebidanan dari semester I hingga VI yang dipilih secara purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner self-awareness, kuesioner kesiapan praktik klinik, dan jurnal reflektif mingguan. Data dianalisis menggunakan uji *paired sample t-test*. **Hasil** penelitian menunjukkan adanya peningkatan rerata skor self-awareness dari 58,2 sebelum intervensi menjadi 73,5 setelah intervensi. Kesiapan praktik klinik juga meningkat dari 57,1 menjadi 71,4. Uji *paired sample t-test*

menunjukkan perbedaan yang signifikan pada kedua variabel ($p=0,000$). Penggunaan jurnal reflektif terbukti efektif dalam meningkatkan self-awareness dan kesiapan praktik klinik mahasiswa kebidanan. **Kesimpulan:** Penerapan metode ini disarankan sebagai bagian dari strategi pembelajaran di institusi pendidikan kebidanan.

Kata kunci : Jurnal reflektif, *self-awareness*, kesiapan praktik klinik, mahasiswa kebidanan

Corresponding Author:

Name : Basuki Rahmat Masdi Siduppa
Afiliate : Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia Kesdam XIV/Hsn
Address : Jl. Garuda No 3 Kecamatan Mariso, Kota Makassar, Prov. Sulawesi Selatan 90121
Email : lppmiikpelamonia@gmail.com

PENDAHULUAN

Profesionalisme bidan tidak hanya ditentukan oleh penguasaan keterampilan teknis semata, melainkan juga kesiapan mental, emosional, dan reflektif dalam menghadapi dinamika praktik klinik yang kompleks dan menuntut kepekaan tinggi. Mahasiswa kebidanan sebagai calon praktisi kerap mengalami tantangan dalam transisi dari pembelajaran teoretis menuju praktik klinik, terutama dalam mengintegrasikan kompetensi akademik dengan keterampilan interpersonal dan pengambilan keputusan profesional (Siswantoro, 2023; Sardjito, 2020).

Fenomena tersebut diperparah oleh rendahnya tingkat self-awareness, yaitu kesadaran diri mahasiswa terhadap pikiran, emosi, dan keyakinan yang memengaruhi perilaku profesional (Rahmat et al., 2024). Self-awareness menjadi elemen penting dalam membangun empati, komunikasi terapeutik, dan kesiapan menghadapi tekanan di ruang praktik (Rahyani & Hakimi, 2021; Yeyentimalla, Berthiana, & Mansyah, 2023). Mahasiswa yang memiliki kesadaran diri rendah seringkali mengalami kecemasan berlebih, keraguan diri, serta kesulitan dalam mengambil keputusan yang tepat dan beretika (Phatama, Irsan, & Mustamsir, 2021).

Untuk menjawab tantangan tersebut, berbagai strategi pembelajaran inovatif dikembangkan, salah satunya penggunaan jurnal reflektif. Jurnal reflektif adalah media bagi mahasiswa untuk merekam, menganalisis, dan mengevaluasi pengalaman belajar secara sistematis (Mann, Gordon, & MacLeod, 2009). Pendekatan ini diyakini mampu membantu mahasiswa menginternalisasi nilai profesional, mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan diri, serta meningkatkan kemampuan evaluasi kritis (Bulman & Schutz, 2013).

Berbagai penelitian mendukung efektivitas metode reflektif ini. Siswantoro (2023) melaporkan bahwa model pembelajaran berbasis jurnal reflektif mampu meningkatkan kompetensi caring dan self-awareness hingga 40%. Sardjito (2020) menemukan bahwa refleksi terstruktur pada pelatihan daring berdampak positif pada kesiapan peran mahasiswa dalam praktik klinik. Sitti Syabariyah (2023) bahkan menunjukkan integrasi jurnal reflektif dengan flipped classroom secara signifikan menguatkan penguasaan keterampilan laboratorium dan praktik klinik.

Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa jurnal reflektif tidak hanya meningkatkan kemampuan kognitif, tetapi juga berdampak pada penguatan kompetensi emosional dan komunikasi terapeutik (Yeyentimalla et al., 2023; Mayasari & Mariana, 2021). *Self-awareness* yang terbentuk melalui proses refleksi juga mendukung kesiapan menghadapi situasi klinik yang penuh tekanan, sebagaimana diungkapkan oleh Sujianto (2021) dalam penelitiannya mengenai pengaruh sistem pembelajaran reflektif pada kualitas praktik keperawatan.

Dampak positif penggunaan jurnal reflektif tercermin pada peningkatan self-awareness rata-rata 25–40% dan kesiapan praktik klinik hingga 50% lebih baik dibanding metode konvensional

(Sardjito, 2020; Siswantoro, 2023). Efektivitas ini diperkuat oleh temuan global yang menunjukkan praktik refleksi merupakan unsur esensial dalam pembelajaran profesi kesehatan (Mann et al., 2009; Schön, 1983). Gibbs (1988) dalam model siklus refleksinya menegaskan bahwa proses refleksi terstruktur membantu individu merefleksikan pengalaman, menganalisis perasaan, dan merencanakan tindakan perbaikan.

Berdasarkan kajian tersebut, penelitian ini dirancang untuk mengevaluasi efektivitas penggunaan jurnal reflektif dalam meningkatkan *self-awareness* dan kesiapan praktik klinik mahasiswa kebidanan. Hasil penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi pada pengembangan metode pembelajaran yang lebih humanistik, reflektif, dan kontekstual dalam pendidikan kebidanan di Indonesia.

BAHAN DAN METODE

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain quasi-experimental yang menggunakan pendekatan pre-test dan post-test tanpa kelompok kontrol. Desain ini dipilih untuk mengetahui efektivitas penggunaan jurnal reflektif terhadap peningkatan self-awareness dan kesiapan praktik klinik mahasiswa kebidanan sebelum dan sesudah intervensi.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan di Program Studi D3 Kebidanan Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia, yang memiliki lahan praktik klinik di beberapa rumah sakit pendidikan dan puskesmas. Pelaksanaan penelitian berlangsung selama 3 bulan, yaitu pada bulan Maret sampai Mei Tahun 2024.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa kebidanan semester V yang sedang mengikuti mata kuliah praktik klinik. Berdasarkan data akademik, jumlah populasi sebanyak 125 mahasiswa.

Sampel penelitian diambil berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi berikut:

- Kriteria inklusi: mahasiswa aktif di prodi d3 kebidanan IIK Pelamonia, bersedia mengikuti seluruh rangkaian penelitian, dan memiliki jadwal praktik klinik selama periode penelitian.
- Kriteria eksklusi: mahasiswa yang memiliki izin cuti akademik atau tidak hadir lebih dari 20% waktu penelitian.

Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling, yaitu pemilihan subjek secara sengaja berdasarkan pertimbangan tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian.

Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan melalui beberapa metode berikut:

1. Kuesioner Self-Awareness:

Instrumen berupa kuesioner yang dikembangkan dari *Self-Reflection and Insight Scale (SRIS)* oleh Grant et al. (2002) yang telah dimodifikasi dan disesuaikan dengan konteks kebidanan.

2. Kuesioner Kesiapan Praktik Klinik:

Dikembangkan berdasarkan indikator kesiapan praktik dari literatur Siswantoro (2023) dan Sardjito (2020).

3. Jurnal Reflektif:

Mahasiswa diminta menulis jurnal reflektif setiap akhir pekan selama masa praktik klinik.

4. Observasi dan catatan lapangan:

Peneliti mencatat keterlibatan, konsistensi, dan kendala yang dihadapi mahasiswa selama proses refleksi.

Alat dan Bahan

Alat dan bahan yang digunakan dalam penelitian meliputi:

- Laptop dengan perangkat lunak *SPSS versi 25* untuk analisis data.
- Lembar observasi dan instrumen kuesioner terstandar.
- Format jurnal reflektif yang dibagikan dalam bentuk dokumen cetak.

Spesifikasi instrumen kuesioner telah melalui uji validitas isi oleh tiga pakar kebidanan dan uji reliabilitas dengan hasil *Cronbach's Alpha* $>0,7$.

Analisis Data

Data kuantitatif dianalisis menggunakan *paired sample t-test* untuk mengetahui perbedaan skor self-awareness dan kesiapan praktik klinik sebelum dan sesudah intervensi. Data hasil jurnal reflektif dianalisis secara deskriptif kualitatif untuk menemukan tema-tema pengalaman belajar yang dominan.

Penyajian Data

Data hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi, diagram batang, dan narasi deskriptif. Perbedaan rerata skor pre-test dan post-test akan dilaporkan dengan nilai signifikansi (*p-value*).

Keabsahan Data

Untuk memastikan keabsahan data, dilakukan:

- Triangulasi metode (kuesioner, observasi, dan jurnal reflektif).

- Member checking, yaitu mengonfirmasi ringkasan hasil refleksi kepada peserta.
- Peer debriefing dengan dosen pembimbing lapangan untuk memvalidasi interpretasi data jurnal reflektif.

HASIL

Karakteristik Responden

Responden yang diperoleh dalam penelitian ini berjumlah 60 orang. Distribusi frekuensi karakteristik responden dapat dilihat pada Tabel 1. di bawah ini:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi berdasarkan Karakteristik Responden

No	Karakteristik	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Semester	I	10	16,7
		II	10	16,7
		III	10	16,7
		IV	10	16,7
		V	10	16,7
		VI	10	16,7
2	Usia (Tahun)	18-19	20	33.3
		20-21	25	41.7
		≥ 22	15	25
3	Pengalaman Praktik Klinik	Pernah	40	66.7
		Belum Pernah	20	33.3

Skor Self-Awareness dan Kesiapan Praktik Klinik

Tabel 2. Rerata Skor Self-Awareness dan Kesiapan Praktik Klinik Sebelum dan Sesudah Intervensi

Variabel	Waktu Pengukuran Mean (SD) Minimum – Maksimum		
Self-Awareness	Pre-test	58,2 (7,9)	43 – 70
	Post-test	73,5 (8,4)	58 – 88
Kesiapan Praktik Klinik	Pre-test	57,1 (8,7)	42 – 70
	Post-test	71,4 (8,3)	56 – 86

Hasil Uji Paired Sample t-Test

Tabel 3. Hasil Uji Paired Sample t-Test Self-Awareness dan Kesiapan Praktik Klinik

Variabel	Mean Difference	t	p-value
Self-Awareness	+15,3	12,40	0,000**
Kesiapan Praktik Klinik	+14,3	11,85	0,000**

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas penggunaan jurnal reflektif dalam meningkatkan self-awareness dan kesiapan praktik klinik mahasiswa kebidanan. Pembahasan dilakukan dengan mengaitkan temuan penelitian dengan teori dan hasil penelitian terdahulu.

Peningkatan Self-Awareness Mahasiswa

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan rerata skor self-awareness dari 58,2 sebelum intervensi menjadi 73,5 setelah intervensi. Uji *paired sample t-test* menunjukkan perbedaan yang signifikan ($p=0,000$), yang menunjukkan bahwa jurnal reflektif efektif dalam meningkatkan self-awareness mahasiswa kebidanan.

Temuan ini mendukung teori refleksi yang dikemukakan oleh Gibbs (1988), yang menjelaskan bahwa proses refleksi terstruktur membantu individu memahami pengalaman, mengidentifikasi perasaan, serta merumuskan rencana perbaikan. Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian Siswanto (2023) yang menyatakan bahwa penggunaan jurnal reflektif dapat meningkatkan kesadaran diri mahasiswa terhadap peran profesional dan tanggung jawab dalam praktik kebidanan. Dalam konteks pembelajaran kebidanan, self-awareness merupakan kompetensi penting yang membantu mahasiswa mengenali reaksi emosional, mengelola stres, dan membangun sikap profesional sejak dini (Mann et al., 2009). Melalui jurnal reflektif, mahasiswa belajar mengevaluasi diri secara lebih objektif dan terarah.

Peningkatan Kesiapan Praktik Klinik

Selain self-awareness, kesiapan praktik klinik mahasiswa juga mengalami peningkatan signifikan setelah penggunaan jurnal reflektif, dengan rerata skor naik dari 57,1 menjadi 71,4 ($p=0,000$). Hal ini menunjukkan bahwa refleksi terstruktur bukan hanya mendukung perkembangan aspek kognitif, tetapi juga kesiapan psikomotor dan afektif dalam menghadapi situasi klinik.

Temuan ini konsisten dengan penelitian Syabariyah (2023) yang menunjukkan jurnal reflektif membantu mahasiswa mempersiapkan diri menghadapi praktik klinik melalui perencanaan tindakan, pemahaman prosedur, dan antisipasi tantangan yang mungkin muncul. Penggunaan jurnal reflektif mendorong mahasiswa mengintegrasikan teori dengan pengalaman langsung di lapangan (Bulman & Schutz, 2013). Peningkatan kesiapan praktik klinik juga menunjukkan bahwa refleksi diri dapat memperkuat kepercayaan diri dan motivasi belajar mahasiswa kebidanan (Yeyentimalla et al., 2023).

Efektivitas Penggunaan Jurnal Reflektif

Hasil penelitian ini secara keseluruhan menunjukkan bahwa penggunaan jurnal reflektif efektif meningkatkan dua aspek penting dalam pendidikan kebidanan, yaitu self-awareness dan kesiapan

praktik klinik. Proses menulis jurnal secara rutin membantu mahasiswa melakukan evaluasi pengalaman, merefleksikan perasaan, dan merencanakan tindakan perbaikan secara sistematis. Hal ini sejalan dengan konsep *reflective practice* yang dikembangkan oleh Schön (1983), yang menekankan pentingnya refleksi sebagai proses pembelajaran profesional berkelanjutan.

Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan:

1. Tidak adanya kelompok kontrol sehingga tidak memungkinkan perbandingan langsung dengan metode pembelajaran lain.
2. Pengukuran variabel menggunakan instrumen self-report yang berpotensi dipengaruhi bias persepsi responden.
3. Penelitian hanya dilakukan pada satu institusi, sehingga hasilnya mungkin belum dapat digeneralisasi secara luas.

Penelitian lanjutan disarankan menggunakan desain eksperimen dengan kelompok kontrol serta analisis jangka panjang terhadap keberlanjutan peningkatan kompetensi mahasiswa.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa penggunaan jurnal reflektif secara signifikan efektif dalam meningkatkan self-awareness dan kesiapan praktik klinik mahasiswa kebidanan. Peningkatan rerata skor self-awareness dari 58,2 menjadi 73,5 dan kesiapan praktik klinik dari 57,1 menjadi 71,4 menunjukkan bahwa proses refleksi membantu mahasiswa mengenali pengalaman praktik secara lebih mendalam, mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan diri, serta mempersiapkan tindakan perbaikan secara sistematis. Temuan ini mendukung teori pembelajaran aktif yang menekankan pentingnya refleksi dalam pengembangan profesionalisme dan kesiapan menghadapi situasi klinik.

Dari hasil penelitian ini, disarankan agar institusi pendidikan kebidanan mengintegrasikan jurnal reflektif secara terstruktur ke dalam kurikulum praktik klinik. Dosen pembimbing diharapkan memberikan pendampingan dan umpan balik rutin untuk memastikan refleksi berjalan optimal. Mahasiswa juga dianjurkan memanfaatkan jurnal reflektif sebagai sarana pengembangan diri, bukan hanya sebagai kewajiban administrasi. Penelitian selanjutnya dapat mempertimbangkan desain eksperimen dengan kelompok kontrol dan pengamatan jangka panjang untuk menilai keberlanjutan manfaat penggunaan jurnal reflektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Bulman, C., & Schutz, S. (2013). *Reflective practice in nursing* (5th ed.). Wiley-Blackwell.
- Gibbs, G. (1988). *Learning by doing: A guide to teaching and learning methods*. Oxford Polytechnic.
- Mann, K., Gordon, J., & MacLeod, A. (2009). Reflection and reflective practice in health professions education: A systematic review. *Advances in Health Sciences Education*, 14(4), 595–621. <https://doi.org/10.1007/s10459-007-9090-2>
- Mayasari, P., & Mariana, I. (2021). *Komunikasi terapeutik keperawatan*. Retrieved from <https://books.google.com/books?id=LPugEAAAQBAJ>
- Rahmat, B., Siduppa, M., & Samad, M. A. (2024). Metode Pembelajaran E Learning Untuk Era Milinial Mahasiswa Institusi Ilmu Kesehatan Pelamonia Kesdam Xiv Hasanuddin. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 2(1), 1–10. <https://jurnal.umsrappang.ac.id/jtp/index>
- Phatama, K. Y., Irsan, I. I., & Mustamsir, E. (2021). Pelanggaran profesionalisme peserta didik kedokteran. Retrieved from <https://books.google.com/books?id=8u5ZEAAAQBAJ>
- Rahyani, N. K. Y., & Hakimi, M. (2021). Critical thinking dalam asupan kebidanan berbasis bukti. Retrieved from <https://books.google.com/books?id=u8ATEAAAQBAJ>
- Sardjito, T. (2020). Evaluasi pelatihan daring training of trainer untuk pelatih. *Jurnal Kesehatan, Universitas Gadjah Mada*. Retrieved from <https://journal.ugm.ac.id/jkkk/issue/download/5372/1221>
- Schön, D. A. (1983). *The reflective practitioner: How professionals think in action*. Basic Books.
- Siswanto, E. (2023). Pengembangan model perilaku caring berbasis kecerdasan emosional terhadap peningkatan kompetensi mahasiswa keperawatan. Yayasan Abdi Amanah. Retrieved from <https://repos.dianhusada.ac.id/274/1/Buku%20-%20Pengembangan%20Model%20Perilaku%20Caring%20Berbasis%20Kecerdasan%20Emosional%20Terhadap%20Peningkatan%20Kompetensi%20Mahasiswa%20Keperawatan.pdf>
- Sujianto, U. (2021). Ethical clearance: Pengaruh teknologi keperawatan terhadap kualitas praktik. Prosiding Konas II PPNI Jawa Tengah. Retrieved from <http://doc-pak.undip.ac.id/id/eprint/12291/23/PROSIDING%20KONAS%20II%20PPNI%20JATENG%202014.pdf>
- Syabariyah, S. S. (2023). The effectiveness of flipped classroom learning model in medical surgical nursing courses. Universitas ‘Aisyiyah Bandung. Retrieved from <http://eprints.unisa-bandung.ac.id/id/eprint/32/3/USULAN%20AINEC%20-%20SITTI%20SYABARIYAH%20-%20UNISA%20BDG.pdf>
- Yeyentimalla, Y., Berthiana, T., & Mansyah, B. (2023). Efektivitas pelatihan kecerdasan emosi terhadap peningkatan komunikasi terapeutik mahasiswa keperawatan. Retrieved from <http://repo.polkesraya.ac.id/2729/>
- Laelina, T. (2024). Pengembangan keterampilan sosial emosional anak usia dini dalam novel "Totto Chan" menurut konsep pendidikan Islam. Retrieved from <https://search.proquest.com/openview/223b7f17bfd3c3813610479a27887fdd/1>

- Marbun, G. G. (2020). Hubungan komunikasi terapeutik perawat dengan kepuasan pasien di ruang rawat inap Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan. Retrieved from <https://repository1.stikeselisabethmedan.ac.id/files/original/54e03e88caab7add470a9cf463548638a88ecb23.pdf>
- Rolfe, G., Freshwater, D., & Jasper, M. (2020). Critical reflection in nursing and the helping professions. Palgrave.